



Poulet de la Vallée d'Auge

Ingédients pour 6 personnes :

- 2 poulets de grain (1kg)
- 130g de beurre
- 1dl de Calvados
- 2 verres de cidre
- 5 échalottes, 2 carottes, blancs de poireaux
- 250 g de crème fraîches
- 2 jaunes d'œufs
- Sel, poivre

Temps de préparation :

20 mn

Temps de cuisson :

40 mn

Température de cuisson :

Recette :

1. Coupez les poulets en quatre. Dans une cocotte, faites chauffer 50 g de beurre, mettez les morceaux de poulet à dorer au fur et à mesure.
2. Aussitôt dorés, posez-les sur un plat, jetez le gras de cuisson. Remettez tous les morceaux de poulet dans la cocotte, mouillez avec le Calvados et flambez.
3. Coupez les échalottes et tous les légumes en julienne. Passez-les rapidement à la poêle dans 30g de beurre. Ajoutez-les au poulet, mouillez avec le cidre, salez, poivrez. Couvrez, laissez mijoter 35mn environ.
4. Retirez les morceaux de poulets, réservez-les, tenez-les au chaud dans le plat de service, à l'entrée du four.
5. Faites réduire légèrement la sauce sur feu vif. Dans un saladier, délayer les jaunes d'œufs avec la crème. Hors du feu, incorporez-les à la sauce, mélangez au fouet à la sauce, remettez sur le feu juste pour réchauffer. Ajoutez encore 50g de beurre en parcelles, toujours en travaillant au fouet la sauce, rectifiez l'assaisonnement. Nappez les poulets de cette sauce

Conseils

Vous accompagnerez ce plat de pommes fruits ou d'une jardinière de légumes.
Servez-le avec un bon cidre bouché ou un vin blanc de la Loire, un savennières par exemple